



Hallentermine für SV Falke Rosenthal-Sportler



in der Schulsporthalle Rosenthal-Schwicheltd

gemeinsam mit Mitglieder vom TSV Schwicheltd

GYMWELT
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

Eltern-Kind-Turnen

Klettern, Hüpfen, Toben, Singen, Spiele spielen, alles, was kleine Kinder mögen, die gerade laufen können, bis zum Kindergartenalter, mit **Diana Russek**,
mittwochs von 15:30 bis 17:00 Uhr

Bitte
anmelden



Kinderturnen

für Kinder ab etwa 3 bis 6 Jahre, das ist Spaß an Lauf- und Ballspiele und an dem Geräteparcours mit **Lisa Jäck**,
dienstags von 15:45 bis 17:00 Uhr



Fitnessgymnastik

der Dienstagssport mit und ohne Kleinsportgeräte zum Kräftigen, Dehnen, Mobilisieren und für die Ausdauer mit **Elke Wedepohl-Greinke**
dienstags von 19:45 bis 20:45 Uhr



für Kinder im Grundschulalter Ball- und Bewegungsspiele

Brennball, Zombieball, Völkerball und alles, was Spaß macht mit **Joana Greinke**
ab 27.01. freitags von 16:00 bis 17:00 Uhr



KAHA[®]

ist mobilisierend fordernd und für Geist beruhigend, inspiriert vom Taiji, Qigong, Yoga, Haka,

Sportkursangebot in Planung

oder sonst zum Mobilisieren beim AROHA

**Interessiert? Infos bei
Elke Wedepohl-Greinke
breitensport@falke-rosenthal.de**



AROHA[®]

effektives und einfaches Ganzkörpertraining, für Körper, Geist und Seele. inspiriert von Kung Fu, Taiji und Haka mit **Elke Wedepohl-Greinke**
donnerstags von 20:10 bis 21:10 Uhr

Seniorenport 60+

findet zur Zeit nicht statt, im Sommer mit Fahrrad ÜL-Stelle ist vakant

In Planung:

Selbstverteidigungskurse für Frauen und Jugendliche

Kindertanz und Zumba,

Infos dazu in der

Homepage: www.falke-rosenthal.de/

Mail: breitensport@falke-rosenthal.de

HULA HOOP-FITNESS

stärkt die Körpermitte
kräftigt Rumpf- und Beinmuskulatur
**dienstags von 18:45 bis 19:45 Uhr
ab Februar 2023
mit Karin Lemcke**
Infos bei Elke Wedepohl-Greinke

Bitte
anmelden

